

TINGKAT KETEPATAN PUKULAN *OVERHEAD* PADA ATLET BULUTANGKIS USIA 11-12 TAHUN KLUB PB.MENANG KALAH SEHAT SINGARAJA

Oleh

Christrio Fernando Sitepu, NIM 2116041001

Jurusan Ilmu Olahraga dan Kesehatan

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat ketepatan pukulan *overhead* pada atlet bulutangkis usia 11-12 tahun klub PB.Menang Kalah sehat singaraja. Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode survei. Instrumen yang digunakan yaitu tingkat ketepatan pukulan *overhead dropshot* dan *overhead lob*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 15 orang usia 11-12 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pukulan *overhead lob* 12 atlet mendapatkan nilai sangat baik dengan presentase 80%, dan 3 atlet mendapatkan nilai baik dengan presentase 20% sedangkan pada pukulan *overhead dropshot* 7 atlet mendapatkan nilai baik dengan presentase 43% dan 8 orang mendapatkan nilai cukup dengan presentase 57%. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat ketepatan pukulan *overhead lob* lebih baik daripada pukulan *overhead dropshot* pada atlet usia 11-12 tahun pada klub PB.MKS Singaraja. Saran yang diberikan kepada pihak klub untuk memperoleh hasil yang lebih baik optimal mengenai ketepatan pukulan *overhead lob* dan pukulan *overhead dropshot* maka sebaiknya pelatihan yang diberikan pada atlet lebih terencana kembali.

Kata kunci: ketepatan, pukulan *overhead lob* dan pukulan *overhead dropshot*, bulutangkis.

***THE ACCURACY LEVEL OF OVERHEAD STROKES IN BADMINTON
ATHLETES AGED 11-12 YEARS PB CLUB. WIN AND LOSE HEALTHY
SINGARAJA***

By

Christrio Fernando Sitepu, NIM 2116041001

Department of Sports and Health Sciences

ABSTRACT

This study aims to determine the level of accuracy of overhead strokes in badminton athletes aged 11-12 years PB clubs. Win Lose healthy singaraja. This type of research is quantitative descriptive. The method used in this study is the survey method. The instruments used are the accuracy of overhead dropshot and overhead lob shots. The subjects in this study were 15 people aged 11-12 years. The results showed that in the overhead lob punch 12 athletes got a very good score with a percentage of 80%, and 3 athletes got a good score with a percentage of 20% while in the overhead shot drop shot 7 athletes got a good score with a percentage of 43% and 8 people got a good score with a percentage of 57%. From this study, it can be concluded that the accuracy rate of overhead lob strokes is better than dropshot overhead strokes in athletes aged 11-12 years in PB clubs. MKS Singaraja. The advice given to the club to obtain better results is optimal regarding the accuracy of overhead lob punches and overhead dropshot shots, so it is better to re-plan the training given to athletes.

Keywords: precision, lob overhead punch and dropshot overhead shot, badminton.